

HOJA INFORMATIVA SOBRE LA ENFERMEDAD DIARREICA

¿Qué es la diarrea?

La diarrea es la eliminación de heces blandas y acuosas. Es un síntoma de infección por muchas bacterias, virus y parásitos diferentes. La diarrea también puede obedecer a causas no infecciosas.

¿Cuáles son las causas de la diarrea?

Las diarreas infecciosas, o las diarreas causadas por gérmenes, pueden ser provocadas por bacterias, virus y parásitos. Algunas de las causas más comunes son:

- Bacterias: Salmonella, Shigella, Campylobacter, E. coli O157:H7
- Virus: Norovirus (similar al virus de Norwalk), Rotavirus, Enterovirus
- Parásitos: Giardia, Cryptosporidium, Cyclospora

¿Cuáles son los síntomas de la diarrea?

Las características de la diarrea varían, aunque suelen incluir: heces blandas, heces acuosas, o heces que contengan sangre o moco. La diarrea puede ser aguda o persistente (de 14 días o más de duración). Los síntomas que suelen estar asociados a la diarrea son náuseas, vómitos, cólicos estomacales y fiebre. El principal peligro relacionado con la diarrea es la deshidratación.

¿Cuáles son los síntomas de la deshidratación?

Los síntomas de la deshidratación grave incluyen letargo, ojos hundidos, sequedad de la boca, beber poco o nada de líquido, y piel que tarda mucho en volver a la normalidad al pellizcarla. La deshidratación es un problema grave y, si se sospecha, es preciso comunicarse con un profesional de la salud de inmediato.

¿Pueden los niños ir a la escuela mientras tengan diarrea?

NO. Ni los niños ni los adultos deben ir a la escuela hasta que hayan transcurrido 24 horas después de que la diarrea haya cesado. En caso de una infección por norovirus, espere al menos 48 horas antes de regresar a la escuela.

¿Cómo se transmite la diarrea?

En la mayoría de los casos, los gérmenes que causan la diarrea se transmiten a través de la contaminación con heces infectadas. Es posible que haya pequeñas cantidades de heces infectadas en las manos de una persona (en especial si no se lava las manos de manera minuciosa) y estas pueden transmitirse a otra persona de manera directa. Las heces también podrían contaminar los objetos, los alimentos o el agua. Cuando una persona se lleva las manos a la boca o consume alimentos o agua infectados, puede infectarse con los gérmenes que causan diarrea.

¿Cómo puede prevenirse la transmisión de la diarrea?

- Lávese las manos en forma minuciosa con agua tibia y jabón después de ir al baño, cambiar pañales, y antes de manipular o comer alimentos. El personal debe verificar con atención que todos los niños se laven las manos después de ir al baño o después de que les cambien los pañales.
- Limpie y desinfecte la zona para cambio de pañales y las bacinillas (orinales) después de cada uso, así como también los inodoros, lavabos y juguetes al menos una vez al día y cuando estén sucios.
- Limpie y desinfecte los juguetes, objetos y superficies que tengan contacto con la boca al menos una vez al día, y cuando estén sucios.

Para obtener más información, comuníquese con Salud Pública de Contra Costa (Contra Costa Public Health) al 925-313-6740 y visite nuestro sitio web en <http://cchealth.org/cd/>